20 दिन में गुरमुखी (पंजाबी)

First Proof

प्रस्तावना

पंजाबी और गुरमुखी पर्यायवाची शब्द हैं। पंजाबी भाषा है और गुरमुखी लिपि, जैसे हिंदी भाषा है और देवनागरी लिपि। । पंजाबी सीखने का अर्थ है गुरमुखी लिपि का और पंजाबी भाषा का ज्ञान। भाषा वैज्ञानिकों के मतानुसार गुरमुखी लिपि (SCRIPT) के संशोधन तथा रचना का श्रेय दूसरे गुरु, श्री गुरु अंगद (1583-1606) को जाता है। पांचवें गुरु, गुरु अर्जन देव ने इस लिपि और भाषा में कुछ और सुधार किए। क्योंकि सिख गुरुओं ने इस लिपि की रचना की, इसे गुरमुखी के नाम से जाना जाता है। गुरु अर्जन देव ने ही 1604 में सिखों के पवित्र ग्रंथ की बाणी को गुरमुखी लिपि में तैयार करवाया था। 5894 'शबदों' (hymns) के इस ग्रंथ में उनकी और उनसे पहले हुए गुरुओं की रचनाओं के साथ 937 'शबद' भारत के अन्य समकालीन भक्तों, संतों एवं प्रबुद्ध जनों द्वारा रचित हैं। यह रचनाकार समाज के हर वर्ग और भारत के अन्य प्रांतों का प्रतिनिधित्व करते हैं।

समस्त मानव-जगत की मूलभूत आध्यात्मिक एकता को स्थापित करने वाला यह पवित्र ग्रंथ एक वैश्विक व सार्वभौमिक महत्व रखता है। इस ग्रंथ का दूसरा सम्पादन नौवें गुरु, गुरु तेग बहादुर द्वारा अपनी रचनाएँ डालने के समय हुआ। इतिहासकारों व भाषा वैज्ञानिकों का मत है कि 1430 पन्नों पर लिखे इस पवित्र ग्रंथ में प्राकृत, संस्कृत, बंगाली, पहाड़ी, मराठी सहित 22 भारतीय भाषाओं व बोलियों के साथ अरबी तथा फ़ारसी का भी प्रयोग हुआ है। सारी रचनाएँ 31 शास्त्रीय रागों में निबद्ध हैं और इन रागों में गाई जा सकती हैं। इस पवित्र ग्रंथ का अनुवाद अँग्रेज़ी, हिंदी, फ़्रैंच, स्पैनिश, जर्मन व अन्य कुछ भाषाओं में हो चुका है जो 'नेट' पर उपलब्ध हैं।

गुरबाणी को पढ़ना व सुनना और गुरबाणी कीर्तन सुनना एक सिख की दिनचर्या का सबसे महत्वपूर्ण अंग है। पंजाब से बाहर अन्य प्रांतों में रहने वाले सिख परिवारों के बच्चे अक्सर पंजाबी सीखने से वंचित रह जाते हैं। बड़े होकर वे उस सहज आनंद से भी वंचित रह जाते हैं जो गुरबाणी को पढ़, सुन, गा और समझ कर मन में उपजता है। यह 'सहज' ही जीवन के उतार-चढ़ाव में आपका संबल भी बनता है।

श्री सतगुरु जगजीत सिंह जी व वर्तमान सतगुरु उदै सिंह जी ने अपने प्रवचनों में हर सिख बच्चे व बड़े को गुरमुखी पढ़ने व पंजाबी भाषा सीखने का निर्देश दिया है। इसी उद्देश्य से, सतगुरु जी की प्रेरणा से मैने इस छोटी पुस्तक को तैयार किया है। गुरमुखी सीखने के पारम्परिक तरीके से यह कुछ अलग है। पाँचवीं क्लास से ऊपर तक हिंदी पढ़े हुए सभी बच्चों व बड़ों के लिए यह कारगर वैज्ञानिक विधि है। थोड़े से परिश्रम और लगन से अधिकतर बच्चे या बड़े पंजाबी पढ़ना व लिखना आरंभ कर पाएंगे। यदि घर में कोई पंजाबी पढ़ा हुआ सदस्य है तो उस की थोड़ी सी सहायता से यह काम और भी आसान हो जाएगा। नियमानुसार एक दिन में एक ही पृष्ठ पढ़ें व अभ्यास करें। हर पांचवें दिन अपनी परीक्षा लें। बार बार लिखना और बोलना ही इस पांचवें दिन अपना टैस्ट लें। स्वयं प्रयास करने पर आप धीरे-धीरे गुरमुखी या पंजाबी पढ़ना व लिखना सीख पाएंगे। वे सभी वयस्क जो गुरमुखी जानते हैं पर व्यावसायिक शिक्षक नहीं हैं, इस पुस्तक की सहायता से अपने बच्चे या अन्य किसी को गुरमुखी पढ़ा सकते हैं।

डा० जय इंद्र पाल सिंह — मन्डी (हि०प्र०)

> गुरमुखी लिपि का का मूल आधार अन्य भारतीय लिपियों जैसे बंगाली, उड़िया, तिबेतन व देवनागरी की तरह 2000 वर्ष पूर्व प्रचलित प्राकृत भाषा व ब्राम्ही लिपि से हुआ माना गया है। एक मतानुसार पंजाब में पंद्रहवीं-सोलहवीं शताब्दी में प्रचलित अर्धनागरी या देवनागरी तथा सिद्ध-मात्रिका (जो कश्मीर की शारदा लिपि पर आधारित है), के संगम से बनी। आधुनिक गुरमुखी लिपि में 38 व्यंजन (अखर), 10 स्वर (लगां-मात्रा), नासिका-ध्वनि के 2 चिन्ह (बिंदी व टिप्पी) तथा दोहरे अक्षर के लिए 1 चिन्ह (अद्धक) हैं। इसके अतिरिक्त 4 संयुक्त, 'र' 'ह' 'ट' 'व' तथा आधे 'य' व्यंजनों के संयुक्त अक्षर हैं।

(दिन-1)

(आज के अक्षर/मात्राएं)

ल ◌ा

ਲ ◌ਾ

लिखने का एक तरीका

(आ की मात्रा की लंबाई कम है)

अभ्यास

(बीस बार बोल कर लिखें)

ਲਾਲ ਲਾਲਾ ਲਾ

दिन-2

(आज के अक्षर/मात्राएं)

ख अ े ि

ਖ ਅ ੇ ਿ

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਖੇਲ ਲਿਖ ਲਾਖ ਖਾਲ ਖਿਲ ਲੇਖ ਲਿਖਿਆ ਅਲਖ ਲਿਆ

ਖਿਲਿਆ ਖੇਲਿਆ ਲੇਖਾ ਲਾਖਾ ਆਖ ਆਖਿਆ ਲਖਿਆ

ਆਲਾ ਲਿਆ

ध्यान दें:

पंजाबी में छोटी इ की मात्रा (ि) का उच्चारण शब्द के आरम्भ में 'इ' और मध्य तथा अंत में उस अक्षर का आधा या कम हो जाता है, जैसे 'ਲਿਖ' का पंजाबी उच्चारण है 'लिख' व 'ਖਿਲਿਆ' का उच्चारण है 'खिलेआ' न कि 'खिलिआं' व 'ਲਿਖਿ' का उच्चारण है 'लिख्'।

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਾ ਿ ੇ

दिन-3

(आज के अक्षर/मात्राएं)

क त ह ए इ ो
(ओ की मात्रा)

ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ੋ

लिखने का एक तरीका

ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ੋ

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਤੇਲ ਕੋਲਾ ਹਾਲ ਕਾਲਖ ਤਾਕਤ ਹਲਕਾ ਕਿਲ ਹਿਕ

ਖੇਤ ਇਖਲਾਕ ਆਲਮ ਲੋਕ ਏਕੋ ਖਾਲਮ ਲੋਹਾ

ਤਾਲ ਖਾਕ ਇਕ ਹੋਏ ਏਕਤਾ

ध्यान दें: पंजाबी में ओ की मात्रा में अक्षर में ा नहीं लगता
हिंदी के इ, ई, ए, पंजाबी के एक ही अक्षर में मात्रा लगा कर लिखे जाते हैं : ਇ ਈ ਏ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ਾ ਿ ੇ ੋ

दिन-4

(आज के अक्षर/मात्राएं)

ब न ग र ◌ु

ਬ ਨ ਗ ਰ ◌ੁ

लिखने का एक तरीका

ਬ ਨ ਗ ਰ ◌ੁ

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਅਖਬਾਰ ਗੁਲਾਬ ਖਰਾਬ ਇਤਬਾਰ ਬੁਰਾ ਗੋਤਾਖੋਰ

ਅਨਬਨ ਅਹਿਤ ਖਬਰ ਬੁਖਾਰ ਬੋਤਲ ਗਾਹਕ ਖੁਰਾਕ

ਗੁਨਾਹ ਅਹਿਤ ਬਰਤਨ ਕਿਨਾਰਾ ਹਨੇਰਾ ਖਿਲਾਰਾ ਗੋਲਕ

ध्यान दें: शब्द के अंतिम अक्षर पर 'उ' (◌ु) की मात्रा का उच्चारण नहीं होता। 'ਬਿਨੁ' का उच्चारण है 'बिन' है 'बिनु' नहीं।

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ਬ ਨ ਗ ਰ ◌ਾ ਿ◌ ◌ੇ ◌ੋ ◌ੁ

दिन-5

गुरमुखी में लिखें

(उत्तर अंतिम पृष्ठ पर)

1. लेख 2. इखलाक 3. लोक 4. कालख
5. खेत 6. एकता 7. होए 8. किला
9. लोहा 10. लखिआ 11. आला 12. केस
13. खाक 14. खालिक 15. काला
16. गुलाब 17. निराला 18. कुरबान
19. किरन 20. इनकार 21. गोल 22. रेल
23. हुनर 24. इतबार 25. कारखाना
26. कोलतार 27. होनहार 28. रुतबा
29. हरिआली 30. हुलारा

(गलतियां मिलने पर पिछले पृष्ठों को आज फिर से पढ़ें।)

दिन-6

(आज के अक्षर/मात्राएं)

द व ई ी

ਦ ਵ ਈ ੀ

लिखने का एक तरीका

ਦ ਵ ਈ ੀ

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਦਹਲੀਜ ਗਰੀਬ ਗਿਨਤੀ ਦੇਵਤਾ ਖਾਲੀ ਬੇਲਦਾਰ ਵਾਦਾ

ਬਦਲੀ ਵੇਰਵਾ ਖਰੀਦ ਗੁਰਦੇਵ ਇਰਾਦਾ ਦਾਨਵੀਰ

ਕੋਇਲਾ ਗੁਨਾਹਗਾਰ ਬੇਕਦਰੀ ਰੇਲ ਤਲਵਾਰ ਈਰਖਾ

ਹਵਨ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ

ਬ ਨ ਗ ਰ ਦ ਵ ਈ ਾ ਿ ੇ ੋ ੁ ੀ

दिन-7

(आज के अक्षर/मात्राएं)

म स उ ू

ਮ ਸ ਉ ੂ

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਮਦਦ ਸਲਾਹਕਾਰ ਉਦਾਸ ਸੁਮਾਰਗ ਮਾਲੀ ਸੁਨੇਹਾ ਮੋਰ

ਸਰੀਰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੂਰ ਵਿਰਾਸਤ ਇਮਲੀ ਦੇਹਰਾਦੂਨ

ਆਵਾਗਮਨ ਮੋਰਨੀ ਅਮੀਰ ਉਸਤਾਦ ਮੁਸਲਮਾਨ

ਉਸਾਰੀ ਅਰਦਾਸ ਆਲੂ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ

ਬ ਨ ਗ ਰ ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ਉ ਾ ਿ ੇ ੋ ੁ ੀ ੂ

दिन-8

(आज के अक्षर/मात्राएं)

ज भ ट आ ओ

ਜ ਭ ਟ ਆ ੳ

लिखने का एक तरीका

ਜ ਭ ਟ ਆ ੳ

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਉਲਾਹਨਾ ਓਏ ਭਵਾਨੀ ਟੋਕਨ ਇਜਲਾਸ ਟਾਕਰਾ ਜੋਰ

ਅਲਿਪਤ ਭਾਈ ਬਜਟ ਟੋਪੀ ਓਪਰਾ ਭਤੀਜਾ

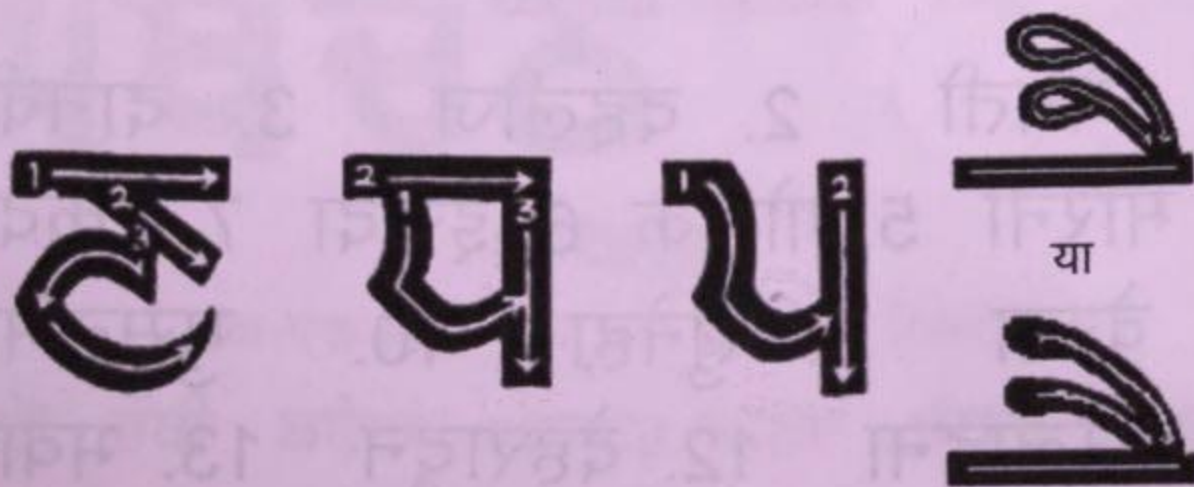
ਜਰਾਸੀਮ ਆਓ ਗਰਾਰੀ ਓਟ ਉਮਰ ਈਸਾ ਜੂਨ

ਉਸਤਾਦ ਗੁਨਾਹਗਾਰ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ਬ ਨ ਗ ਰ ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ਉ ੳ ਜ ਭ ਟ ਆ ਾ ਿ ੇ ੋ ੁ ੀ ੂ

दिन-9

(आज के अक्षर/मात्राएं)

ण ध प ै

ਣ ਧ ਪ ੈ

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਗਮਣਾ ਪਰੋਪਕਾਰ ਧਰਮ ਬਣੀ ਪੈਲੀ ਕਣਕ ਮਾਲਕ

ਪਾਣੀ ਧਰਤੀ ਮਨਣਾ ਜੈਸਲਮੇਰ ਧੀਰਜ ਪਧਾਰੋ ਲੂਣ

ਪਲੇਟ ਵੈਰ ਨਾਰਾਇਣ ਸਿਰੋਪਾ ਉਧਾਰ ਮੁਬਾਰਕ ਮਾਲਣ

ਧੋਖਾ ਮਣਕੇ ਭੈਣ ਕੀਰਤਨ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ਬ ਨ ਗ ਰ ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ਉ ਓ ਜ ਭ ਟ ਆ ਣ ਧ ਪ ਾ ਿ ੇ ੋ ੁ ੀ ੂ ੈ

दिन-10

गुरमुखी में लिखें
(उत्तर अंतिम पृष्ठ पर):

1. गिनती 2. दहलीज 3. दानवीर
4. मोरनी 5. गोलक 6. इरादा 7. बेकदरी
8. वेरवा 9. सुनेहा 10. मुसलमान
11. उलाहना 12. देहरादून 13. भवानी
14. जरासीम 15. जोर 16. भतीजा
17. ओपरा 18. पाणी 19. आलस 20. धनी
21. धीरज 22. गुनाहगार 23. जीभ
24. माई 25. राणी 26. लकीर 27. लिखारी
28. भारत 29. इनसान 30. भैणी साहिब

दिन-11

(आज के अक्षर)

घ थ च ठ ौ ँ ं

ਘ ਥ ਚ ਠ ੌ ੈਂ ਂ

लिखने का एक तरीका

ਘਥਚਠ ੌ ਂ

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਠਹਿਰੋ ਚੌਥੀ ਬਥੇਰਾ ਘਨਘੋਰ ਚਮਕਾ ਚੌਧਰੀ ਬੈਠਕ

ਘਰਾਟ ਮੇਖਾਂ ਠੋਕਰ ਘਿਓ ਬਚਪਨ ਪੰਥ ਇਕਾਂਤ

ਥਿੰਧਾ ਘਬਰਾਹਟ ਗੰਭੀਰ ਕੈਂਚੀ ਚਾਨਣ ਥਾਲੀ ਸਰਮੇਂ

ध्यान दें:

जब उच्चारण गले से होता है तो अक्षर ऐसे लिखे जाते हैं : ਮਾਂ ਕਾਂ

ਕਿਓਂ ਭਾਦਰੋਂ ਮੈਂ ਸਰਮੇਂ ਦਸਵੇਂ ਵੇਖਾਂ

जब उच्चारण तालू और जीभ के बीच से होता है तो अक्षर ऐसे लिखे जाते हैं: ਗੰਗਾ ਚੰਗਾ ਪੰਜਵੀਂ ਸਿੰਘ ਕੰਘੀ ਕੰਗਨ ਥਿੰਧਾ ਸੰਗਤ

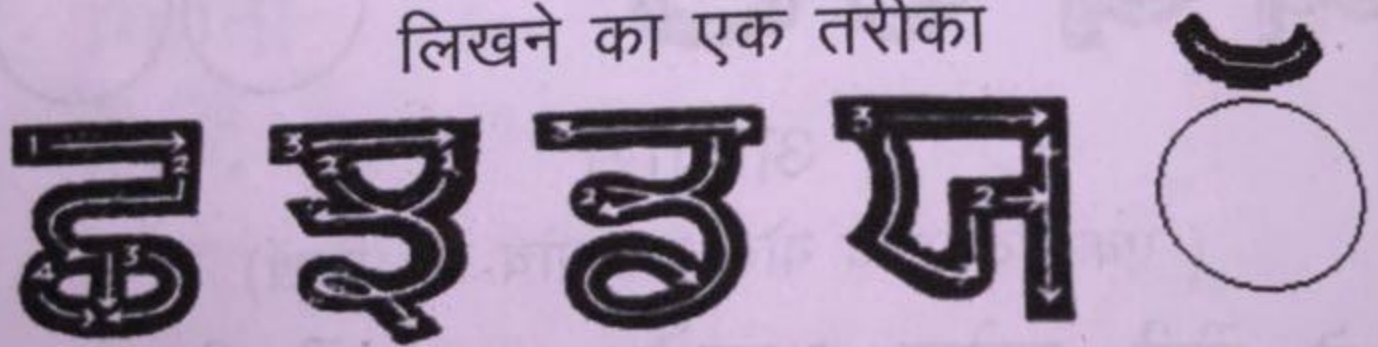
आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ੲ ਇ ਬ ਨ ਗ ਰ ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ੳ ਓ ਜ ਭ ਟ ਆ ਣ ਧ ਪ ਘ ਥ ਚ ਠ ਾ ਿ ੇ ੋ ੁ ੀ ੂ ੈ ੌ ਂ ੰ

दिन-12

(आज के अक्षर)

छ झ ड य

ਛ ਝ ਡ ਯ ੱ

आज की मात्रा है ੱ । गुरमुखी में दोहरा अक्षर जैसे त्त क्क फ्फ प्प लिखने के लिए उस अक्षर से पहले अक्षर पर यह मात्रा (अद्धक) डाली जाती है। 'पक्का' लिखने का तरीका है 'ਪੱਕਾ'

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਛੂਰੀ ਡਰਾਈਵਰ ਇੱਛਾ ਦਯਾਵਾਨ ਡੋਰੀ ਯਾਤਰੀ

ਝਲਕ ਪੱਕਾ ਯਕੀਨ ਝਰਨਾ ਛਪਾਈ ਝਾਂਜਰ

ਮਿਠਾਈ ਉਲਝਨ ਲਾਡਲਾ ਗੱਡਾ ਝੰਡਾ ਡਮਰੂ ਹੱਡੀ

ਮੰਗਤ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ੲ ੲ ਬ ਨ ਗ ਰ ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ੳ ੳ ਜ ਭ ਟ ਆ ਣ ਧ ਪ ਘ ਥ ਚ ਠ ਛ ਝ ਡ ਯ

ਾ ਿ ੇ ੈ ੁ ੀ ੂ ੈ ੌ ੋ ੰ ੱ

दिन-13

(आज के अक्षर)

ढ फ ड़ ङ ञ

ਢ ਫ ੜ ਙ ਞ

(पुरातन ग्रंथों में 'ङ' तथा 'ञ' का उपयोग हुआ है लेकिन आधुनिक लेखन में इन अक्षरों का उपयोग लगभग समाप्त होता जा रहा है)

लिखने का एक तरीका

ਢ ਫ ੜ ਙ ਞ

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਢਾਲ ਫਾੜੀ ਪੜਤਾਲ ਫੈਮਲਾ ਵੰਞਣਾ ਢੇਰ ਝਾੜੂ

ਲੜਾਈ ਮੁਞੇ ਪੜਕਨ ਢੋਂਗ ਜੱਫੀ ਤੋੜਨਾ ਙਿਆਨੀ ਕੌੜਾ

ਢੀਠ ਫੌਜੀ ਘੋੜੀ ਝਲਕ ਢਾਂਕ ਡੰਡਲ ਮੜਕ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ਬ ਨ ਗ ਰ ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ਉ ਓ ਜ ਭ ਟ ਆ ਣ ਧ ਪ ਘ ਥ ਚ ਠ ਛ ਝ ਡ ਯ ਢ ਫ ੜ ਙ ਞ ◌ਾ ਿ◌ ◌ੇ ◌ੋ ◌ੁ ◌ੀ ◌ੂ ◌ੈ ◌ੌ ◌ਂ ◌ੰ ◌ੱ

दिन-14

(आज के अक्षर)

क्र त्र प्र स्व ढ़

ਕ੍ਰ ਤ੍ਰ ਪ੍ਰ ਸ੍ਵ ੜ

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਕ੍ਰੇਤਾ ਤ੍ਰਿਭਵਣ ਸ੍ਵਰ ਸ੍ਵਾਮੀ ਤ੍ਰਿਕਾਲ ਵਕ੍ਰ ਸ੍ਵੈਮਾਣ

ਤ੍ਰੇਤਾ ਕੜਾਹੀ ਪੜ੍ਹੋ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਕ੍ਰੋਧ ਤ੍ਰੇਤਾ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਪ੍ਰ

ਪ੍ਰਤੀਕ ਕ੍ਰਿਯਾ ਯਾਤ੍ਰਾ ਪ੍ਰਸਾਦ ਡ੍ਰਾਈਵਰ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ੲ ਇ ਥ ਨ ਗ ਰ ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ਉ ੳ ਜ ਭ ਟ ਆ ਣ ਧ ਪ ਘ ਬ ਚ ਠ ਛ ਝ ਡ ਯ ਫ ਢ ੜ ਙ ਞ ਕ੍ਰ ਤ੍ਰ ਪ੍ਰ ਬ੍ਰ ਸ੍ਵ ੜ ਾ ਿ ੇ ੋ ੁ ੀ ੂ ੈ ੌ ਂ ੰ ੱ

ध्यान दें: 'स' 'क' 'त' 'ग' 'द' 'छ' व्यंजनों के नीचे 'व' डालने पर 'स्व' 'क्व' 'त्व' 'ग्व' 'द्व' 'छ्व' अक्षर बनते हैं तथा 'स' 'क', 'प', 'त' 'ड' 'ब' के नीचे र डालने पर 'स्र', 'क्र', 'प्र', ड्र तथा 'ब्र' बन जाता है। गुरमुखी में अन्य आधे अक्षरों का प्रयोग लगभग न के बराबर होता है।

दिन-15

गुरमुखी में लिखें

(उत्तर अंतिम पृष्ठ पर):

1. परोपकार 2. सिरोपा 3. बथेरा 4.घबराहट 5. डमरू 6. मिठाई 7. ढाल 8. हड्डी 9. इच्छा 10. फ़ैसला 11.उलझन 12. डंडल 13. छतरी 14. पड़ताल 15. चौधरी 16. कैंची 17. स्वैमाण 18. रासलीला 19.त्रेता 20. कड़ाही 21. प्रसाद 22. पढ़ो 23. गोताखोर 24. क्रोध 25. थाणेदार 26. ध्रू 27. ड्राईवर 28. स्वर 29. परछावां 30. शमा

दिन-16

(आज के अक्षर)

श ख़ ग़ ज़ फ़

ਸ਼ ਖ਼ ਗ਼ ਜ਼ ਫ਼

लिखने का एक तरीका

ਸ਼ ਖ਼ ਗ਼ ਜ਼ ਫ਼

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਸ਼ਰੀਫ਼ ਗਜ਼ਲ ਫ਼ਰੀਦ ਜ਼ਖੀਰਾ ਸ਼ੰਖ ਖ਼ੁਦਗਰਜ਼

ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਸ਼੍ਰੀ ਫ਼ੇਲ ਕਾਗਜ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਫ਼ਾਇਦਾ ਸ਼ਮਾ

ਜ਼ਾਯਾ ਫ਼ਾਸਲਾ ਜ਼ਮੀਂਦੋਜ਼ ਰੰਗਰੇਜ਼ ਸ਼ੇਰ ਗੁਜ਼ਾਰਾ

ਫ਼ਮਾਨਾ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ਬ ਨ ਗ ਰ ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ਉ ਓ ਜ ਭ ਟ ਆ ਣ ਧ ਪ ਘ ਥ ਚ ਠ ਛ ਝ ਡ ਯ ਢ ਫ ਙ ਞ ੜ ਕ੍ਰ ਤ੍ਰ ਪ੍ਰ ਸ੍ਰ ਙ੍ਰ ਸ਼ ਖ਼ ਗ਼ ਜ਼ ਫ਼ ◌ਾ ਿ◌ ◌ੇ ◌ੈ ◌ੁ ◌ੀ ◌ੂ ◌ੈ ◌ੌ ◌ੋ ◌ਂ ◌ੱ

दिन-17

(सभी मात्राएं)

अ आ इ ई उ ऊ ए ऐ ओ औ अं

ਅਭਿਆਸ

(ਇਕ ਵਾਰੀ ਇਹ ਲਿਖੋ)

स्वर/ਲਗਾਂ/ਮਾਤ੍ਰਾ:

ਅ ਆ ਇ ਈ ਉ ਊ ਏ ਐ ਓ ਔ ਅਂ/ਆਂ

ਕ ਕਾ ਕਿ ਕੀ ਕੁ ਕੂ ਕੇ ਕੈ ਕੋ ਕੌ ਕਂ/ਕਾਂ

व्यंजन/ਪੰਜਾਬੀ ਅੱਖਰ:

ਕ ਖ ਗ ਘ ਙ

ਚ ਛ ਜ ਝ ਞ

ਟ ਠ ਡ ਢ ਣ

ਤ ਥ ਦ ਧ ਨ

ਪ ਫ ਬ ਭ ਮ

ਯ ਰ ਲ ਵ ਸ

ਅੱਧੇ ਅੱਖਰ ('ਰ' 'ਵ' 'ਹ'):

ਕ੍ਰ ਤ੍ਰ ਪ੍ਰ ਕ੍ਰ ਸ੍ਵ ਤ੍ਹ

ਵਿਸ਼ੇਸ਼:

ੴ (उच्चारण) **ਇਕ ਓਅੰਕਾਰ**

दिन-18
पढ़ें और लिखें

ੴ ਸਤਿਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰਪ੍ਰਸਾਦਿ। ਜਪੁ। ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ। ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ। ਸੋਚੈ ਸੋਚਿ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਸੋਚੀ ਲਖ ਵਾਰ। ਚੁਪੈ ਚੁਪ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਲਾਇ ਰਹਾ ਲਿਵ ਤਾਰ। ਭੁਖਿਆ ਭੁਖ ਨ ਉਤਰੀ ਜੇ ਬੰਨਾ ਪੁਰੀਆ ਭਾਰ। ਸਹਸ ਸਿਆਣਪਾ ਲਖ ਹੋਹਿ ਤ ਇਕ ਨ ਚਲੈ ਨਾਲਿ। ਕਿਵ ਸਚਿਆਰਾ ਹੋਈਐ ਕਿਵ ਕੂੜੈ ਤੁਟੈ ਪਾਲਿ। ਹੁਕਮ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲਿ।

(पृष्ठ 6 तथा 8 पर 'ਿ' व 'ੁ' के उच्चारण के नियम याद रखें)

ਦਿਨ-19

ਅਭਿਆਸ (ਪੜ੍ਹੋ ਤੇ ਸਮਝੋ)

ੴ ਸਤਿਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ॥ ਜਪੁ ॥ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ॥ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ॥੧॥ਸੋਚੈ ਸੋਚਿ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਸੋਚੀ ਲਖ ਵਾਰ ॥ਚੁਪੈ ਚੁਪ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਲਾਇ ਰਹਾ ਲਿਵ ਤਾਰ ॥ਭੁਖਿਆ ਭੁਖ ਨ ਉਤਰੀ ਜੇ ਬੰਨਾ ਪੁਰੀਆ ਭਾਰ ॥ਸਹਸ ਸਿਆਣਪਾ ਲਖ ਹੋਹਿ ਤ ਇਕ ਨ ਚਲੈ ਨਾਲਿ ॥ਕਿਵ ਸਚਿਆਰਾ ਹੋਈਐ ਕਿਵ ਕੂੜੈ ਤੁਟੈ ਪਾਲਿ ॥ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲਿ ॥੧॥

ਅਰਥ:- ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਇੱਕ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਨਾਮ ਹੋਂਦ ਵਾਲਾ ਹੈ ਜੋ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ ਰਚਨਹਾਰ ਹੈ, ਜੋ ਸਭ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਹੈ, ਭੈ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਹੈ, ਵੈਰ-ਰਹਿਤ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਸਰੂਪ ਕਾਲ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹੈ, (ਭਾਵ, ਜਿਸ ਦਾ ਸਰੀਰ ਨਾਸ-ਰਹਿਤ ਹੈ), ਜੋ ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਜਿਸ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਮੁੱਢ ਤੋਂ ਹੋਂਦ ਵਾਲਾ ਹੈ, ਜੁਗਾਂ ਦੇ ਮੁੱਢ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਇਸ ਵੇਲੇ ਭੀ ਮੌਜੂਦ ਹੈ ਤੇ ਅਗਾਂਹ ਨੂੰ ਭੀ ਹੋਂਦ ਵਾਲਾ ਰਹੇਗਾ। ਜੇ ਮੈਂ ਲੱਖ ਵਾਰੀ (ਭੀ) (ਇਸ਼ਨਾਨ ਆਦਿਕ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀ) ਸੁੱਚ ਰੱਖਾਂ, (ਤਾਂ ਭੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ) ਸੁੱਚ ਰੱਖਣ ਨਾਲ (ਮਨ ਦੀ) ਸੁੱਚ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੀ। ਜੇ ਮੈਂ (ਸਰੀਰ ਦੀ) ਇਕ-ਤਾਰ ਸਮਾਧੀ ਲਾਈ ਰੱਖਾਂ; (ਤਾਂ ਭੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ) ਚੁੱਪ ਕਰ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਮਨ ਦੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਜੇ ਮੈਂ ਸਾਰੇ ਭਵਣਾਂ ਦੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਢੇਰ (ਭੀ) ਸਾਂਭ ਲਵਾਂ, ਤਾਂ ਭੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੇ ਅਧੀਨ ਰਿਹਾਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਜੇ (ਮੇਰੇ ਵਿਚ) ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਤੇ ਲੱਖਾਂ ਚਤੁਰਾਈਆਂ ਹੋਵਣ, (ਤਾਂ ਭੀ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ) ਇਕ ਭੀ ਚਤੁਰਾਈ ਸਾਥ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੀ। (ਤਾਂ ਫਿਰ) ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦਾ ਪਰਕਾਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਯੋਗ ਕਿਵੇਂ ਬਣ ਸਕੀਦਾ ਹੈ (ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਦਾ) ਕੂੜ ਦਾ ਪਰਦਾ ਕਿਵੇਂ ਟੁੱਟ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਰਜ਼ਾ ਦੇ ਮਾਲਕ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਤੁਰਨਾ-(ਇਹੀ ਇਕ ਵਿਧੀ ਹੈ)। ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਇਹ ਵਿਧੀ) ਧੁਰ ਤੋਂ ਹੀ ਜਦ ਤੋਂ ਜਗਤ ਬਣਿਆ ਹੈ, ਲਿਖੀ ਚਲੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ।

दिन-20

गुरमुखी में लिखें
(उत्तर अंतिम पृष्ठ पर)

1. दयावान 2. छलावा 3. ईमानदार
4. प्रौहणा 5. ठेकेदार 6. आलीशान
7. भवसागर 8. पुत्री 9. चंडीगढ़ 10. बाजीगर
11. झुंड 12. डुबकी 13. ढीठ 14. प्रकोप
15. स्वागत 16. इट्‌ट 17. पुन्न 18. भाई
19. यकीन 20. स्वाभिमान 21. फ़रीद
22. नामकरण 23. पारब्रह्म 24. मधाणी
25. मेज़बान 26. परधान 27. छायादार
28. घुप्प 29. गुरू 30. ओजस्वी 31. तृष्णा
32. अकाल पुरख 33. निरवैर 34. चतुराईआं
35. पंडित 36. निहाल 37. अमृत 38. पवित्रता
39. विचारवान 40. सतिगुरू

ਉੱਤਰ (ਦਿਨ-5)

1. ਲੇਖ 2. ਇਖਲਾਕ 3. ਲੋਕ 4. ਕਾਲਖ 5. ਖੇਤ 6. ਏਕਤਾ 7. ਹੋਏ 8. ਕਿਲਾ 9. ਲੋਹਾ 10. ਲਖਿਆ 11. ਆਲਾ 12. ਕੇਸ 13. ਖਾਕ 14. ਖਾਲਿਕ 15. ਕਾਲਾ 16. ਗੁਲਾਬ 17. ਨਿਰਾਲਾ 18. ਕੁਰਬਾਨ 19. ਕਿਰਨ 20. ਇਨਕਾਰ 21. ਗੋਲ 22. ਰੇਲ 23. ਹੁਨਰ 24. ਇਤਬਾਰ 25. ਕਾਰਖਾਨਾ 26. ਕੋਲਤਾਰ 27. ਹੋਨਹਾਰ 28. ਰੁਤਬਾ 29. ਹਰਿਆਲੀ 30. ਹੁਲਾਰਾ

ਉੱਤਰ (ਦਿਨ-10)

1. ਗਿਨਤੀ 2. ਦਹਲੀਜ 13. ਦਾਨਵੀਰ 4. ਮੋਰਨੀ 5. ਗੋਲਕ 6. ਇਰਾਦਾ 7. ਬੇਕਦਰੀ 8. ਵੇਰਵਾ 9. ਸੁਨੇਹਾ 10. ਮੁਸਲਮਾਨ 11. ਉਲਾਹਨਾ 12. ਦੇਹਰਾਦੂਨ 13. ਭਵਾਨੀ 14. ਜਰਾਸੀਮ 15. ਜੋਰ 16. ਭਤੀਜਾ 17. ਓਪਰਾ 18. ਪਾਣੀ 19. ਆਲਸ 20. ਧਨੀ 21. ਧੀਰਜ 22. ਗੁਨਾਹਗਾਰ 23. ਜੀਭ 24. ਮਾਈ 25. ਰਾਣੀ 26. ਲਕੀਰ 27. ਲਿਖਾਰੀ 28. ਭਾਰਤ 29. ਇਨਸਾਨ 30. ਭੈਣੀ ਸਾਹਿਬ

ਉੱਤਰ (ਦਿਨ-15)

1. ਪਰੋਪਕਾਰ 2. ਸਿਰੋਪਾ 3. ਬਥੇਰਾ 4. ਘਬਰਾਹਟ 5. ਡਮਰੂ 6. ਮਿਠਾਈ 7. ਢਾਲ 8. ਹੱਡੀ 9. ਇੱਛਾ 10. ਫ਼ੈਸਲਾ 11. ਉਲਝਨ 12. ਡੰਡਲ 13. ਛਤਰੀ 14. ਪੜਤਾਲ 15. ਚੌਧਰੀ 16. ਕੈਂਚੀ 17. ਸ੍ਰੈਮਾਣ 18. ਰਾਸਲੀਲਾ 19. ਤ੍ਰੇਤਾ 20. ਕੜਾਹੀ 21. ਪ੍ਰਸਾਦ 22. ਪੜ੍ਹੋ 23. ਗੋਤਾਖੋਰ 24. ਕ੍ਰੋਧ 25. ਥਾਣੇਦਾਰ 26. ਧ੍ਰੂ 27. ਡ੍ਰਾਈਵਰ 28. ਸੂਰ 29. ਪਰਛਾਵਾਂ 30. ਸ਼ਮਾ

ਉੱਤਰ (ਦਿਨ-20)

1. ਦਯਾਵਾਨ 2. ਛਲਾਵਾ 3. ਇਮਾਨਦਾਰ 4. ਪ੍ਰੌਹਣਾ 5. ਠੇਕੇਦਾਰ 6. ਆਲੀਸ਼ਾਨ 7. ਭਵਸਾਗਰ 8. ਪੁਤ੍ਰੀ 9. ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ 10. ਬਾਜੀਗਰ 11. ਝੁੰਡ 12. ਡੁਬਕੀ 13. ਢੀਠ 14. ਪ੍ਰਕੋਪ 15. ਸ੍ਵਾਗਤ 16. ਇੱਟ 17. ਪੁੱਨ 18. ਭਾਈ 19. ਯਕੀਨ 20. ਸ੍ਵਾਭਿਮਾਨ 21. ਫ਼ਰੀਦ 22. ਨਾਮਕਰਣ 23. ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ 24. ਮਧਾਣੀ 25. ਮੇਜ਼ਬਾਨ 26. ਪਰਧਾਨ 27. ਛਾਯਾਦਾਰ 28. ਘੁੱਪ 29. ਗੁਰੁ 30. ਓਸ਼ਮ੍ਰੀ 31. ਤ੍ਰਿਸ਼ਣਾ 32. ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ 33. ਨਿਰਵੈਰ 34. ਚਤੁਰਾਈਆਂ 35. ਪੰਡਿਤ 36. ਨਿਹਾਲ 37. ਅਮ੍ਰਿਤ 38. ਪਵਿਤ੍ਰਤਾ 39. ਵਿਚਾਰਵਾਨ 40. ਸਤਿਗੁਰੂ